



SUNDT – SJOVT – SERIØST – SOCIALT

HGF A/M - Herning Atletikstadion H.P. Hansensvej 6b, 7400 Herning - Kontor: 25 84 20 25 mail: kontor@hgf-am.dk (Træffetid ma-ti-on kl. 9-12)

ATLETIKSTÆVNE i Silkeborg Tirsdag den 30. april 2024 KL. 18.00 – ca. 20

Det er et DGI Nålestævne og er et velegnet stævne for både begyndere og øvede.

Øvelser:

6- 9 år (årg. 2018-15):	40 m – 400 m – Længde – Bold- Kugle
10-11 år (årg. 2014 -13):	60 m – 600 m - Højde – Længde – Bold- Kugle
12-13 år (årg. 2012 -11):	80 m – 800 m- Højde – Længde – Kugle – Spyd - Diskos
14 år+ (årg. 2010):	100 m – 800 m – Højde – Længde – Kugle – Spyd - Diskos

For at opnå en atletiknål, skal du gøre således: Krav til nåle:

Hvis man skal komme i betragtning til en nål af guld, sølv eller bronze – eller et diplom, skal man deltage i følgende antal øvelser:

Under 14 år: 1 løb (man må gerne deltage i 2 løb, men kun ét tæller), 1 spring, 1 kast.

Fra 14 år: Frit valg af 3 discipliner

Man kan godt være med uden at deltage i 3 øvelser – altså uden en atletiknål

Vi tager af sted **fra Herning Atletikstadion - P-pladsen kl. 16.45** og er hjemme igen ca. **kl. 21.00**
Tag en mobil med, så du kan ringe hjem, hvis tiden bliver ændret.

Pris: (50 kr.) i kørepenge til dem der kører, hvis du kører med. Forældre må gerne køre selv.
Klubben betaler nåle + diplomer.

Du skal medbringe:

Sportssko (+ pigsko, kastesko - hvis du har.)

Klubtrøje (har du fået købt din egen??) – sorte shorts/tights

Madpakke + drikkevarer - **NB: Der er en bod, hvor man kan købe kaffe, kage, og Kørepenge**

Tilmelding: via hjemmesiden senest mandag den 22. april kl. 21.00

<https://hgf-am.dk/arrangementer/>

Og HUSK: Der skal forældre til at køre, for at I aktive kan deltage.

Forældre får kørepenge fra dem, der evt. kører med.